



PROBAR ALGO NUEVO!

NWA WIC 2010 CALENDARIO

**Favor devuelva esta hoja a su clinica de WIC en su próxima cita.
Esto contará como su segundo contacto de educación nutricional.**

1. Ha probado una fruta o vegetal nuevo? ___Si ___No

Si es así, Cuál(es)? _____

2. Usted preparó algunas de nuestras recetas? ___Si ___No

Si es así, Cuál(es)? _____

3. Porqué comprar leche baja en grasa o leche descremada?

4. Frijoles son una fuente de: (circule uno)

- a. Proteina
- b. Fibra
- c. Ambos A y B

5. Cuál fué una nueva cosa(o un hecho interesante) que ha aprendido sobre nutrición?

Felicidades!

Favor de continuar explorando estos nuevos alimentos, y disfrute de los datos curiosos y sabrosas recetas.

Tenga un saludable y feliz 2010!

Del Programa WIC de Indiana
Esta institucion es un proveedor de oportunidad igual a todos

Enero 2010